



Veröffentlicht auf *Nestlé Babyservice* (<https://www.babyservice.de>)

[Startseite](#) > Vater werden

Teile diesen Article

X

[22\\_teaser\\_725x418.png](#)

## Vater werden

Aus zwei wird drei. Ein bisschen Unsicherheit gehört am Anfang dazu.

<https://www.babyservice.de/vater-werden> <sup>[1]</sup>

Disclaimer

Die folgende Funktion ist nicht Teil der Website der Nestlé Nutrition GmbH. Bitte beachten Sie, dass mit der Bestätigung des Dialogs Daten von Ihnen an sämtliche in unsere Website integrierte Social Plugin – Anbieter (siehe hierzu den Punkt Werden auf unseren Websites Social Plugins verwendet? in unseren Datenschutzbedingungen) übermittelt werden können.

Um welche Daten zu welchem Zweck es sich handelt, können Sie den Datenschutzbedingungen des jeweiligen Anbieters auf deren Website entnehmen. Mit der Bestätigung des Dialogs erklären Sie sich mit dieser Datenübermittlung einverstanden.

Wenn Sie diese Seite/ dieses Produkt teilen möchten, dann klicken Sie bitte im Anschluss nochmals auf das jeweilige Icon.

\_ [2] \_ [3] \_ [4]

\_22\_teaser\_725x418.png

Image not found or type unknown

# Vater werden

Aus zwei wird drei. Ein bisschen Unsicherheit gehört am Anfang dazu.

- <sup>[5]</sup>
- Drucken <sup>[1]</sup>
- Teilen

Plötzlich bist du Vater und nichts ist wie zuvor. Das winzige kleine Wesen stellt nicht nur den Alltag auf den Kopf: Alles ist irgendwie verändert. Fast ein bisschen unheimlich. Aber auch unheimlich süß.

Mütter haben neun Monate Zeit, sich auf ihr Kind einzustellen. Sie spüren, wie sich ihr Körper verändert, wie das kleine Wesen in ihrem Bauch wächst, wie es erste Bewegungen macht.

Für Väter ist das anders. Sie wissen zwar, dass sie Papa werden. Aber das kleine Wesen ist ihnen natürlicherweise nicht so nah. Wenn das Baby plötzlich da ist, fühlen sich viele Väter unsicher. Das ist ganz normal.

### **Mit einem Mal ist alles anders**

Dein Kleines beansprucht ziemlich viel Zeit und Raum in deinem Alltag. Und vielleicht ist auch deine Partnerin wie ausgewechselt. Ihr alle müsst euch auf das Leben zu dritt erst noch einstellen. Wichtig ist, dass jeder seine Aufgabe hat und es kein Gerangel gibt. Manche Mütter geben ihr Baby gerade am Anfang nur ungern ab – auch nicht an den Papa.

### **Papa sein ist gar nicht so schwer**

Für fast alle Väter ist es heute selbstverständlich, eine aktive Vaterrolle zu übernehmen. Sie möchten nicht außen vor bleiben, sondern sich ins Familienleben einbringen. Und das ist kein Problem.

Wickeln, Baden, Schlafen legen, mit dem Kinderwagen spazieren fahren, kuscheln – das alles und noch vieles mehr können Väter genauso gut wie Mütter. Wenn ihr euch Aufgaben teilt ist das nicht nur hilfreich und entlastend. Es ist der Anfang einer wunderbaren Vater-Kind Beziehung.

### **Früh anfangen**

Gut ist es, den Partner von Anfang an in die Pflege des Babys einzubinden. Das hilft, Unsicherheit im Umgang mit dem Kind abzubauen. Es ist eine Gelegenheit, das Baby kennenzulernen, sich ihm nah zu fühlen, zu trösten, zu halten, zu knuddeln und mit ihm zu spielen.

### **Dein Leben ist nicht komplett verändert**

Sicher, ein Kind bedeutet Verantwortung. Das heißt aber nicht, dass du dein bisheriges Leben aufgeben musst. Du kannst weiter deinen Interessen nachgehen, Spaß haben oder mit Freunden zusammen sein – wenn die Familie nicht zu kurz kommt. Die wichtigste Regel lautet dabei: Gleiches Recht für alle. Schließlich möchte auch deine Partnerin ab und zu Freundinnen treffen und Zeit für sich haben. Ihr beide braucht Freiräume.

Sprecht euch miteinander ab, damit keiner zu kurz kommt, und unternimmt viel gemeinsam mit eurer neuen, kleinen Familie.

### **Ein kleiner Tipp für Mamas**

Lass deinem Partner genügend Raum, sich in seine neue Vaterrolle einzufinden. Auch wenn du manches vielleicht anders machen würdest: Halte dich mit Ratschlägen und Kritik zurück. Ruhe, Vertrauen und Gelassenheit sind die beste Strategie – mit der Zeit pendelt sich ein Familienleben von ganz alleine ein.

**Quell-URL:** <https://www.babyservice.de/vater-werden>

### **Links**

[1] <https://www.babyservice.de/vater-werden>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/vater-werden&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/\\_22\\_teaser\\_725x418\\_0.pr](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/vater-werden&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/_22_teaser_725x418_0.pr)  
werden

[3] <https://twitter.com/share?text=Vater%20werden&url=https%3A//www.babyservice.de/vater-werden>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyservice.de/vater-werden>

[5] <https://www.babyservice.de/printpdf/3147741>

[6] <https://www.babyservice.de/javascript%3A%3B>